

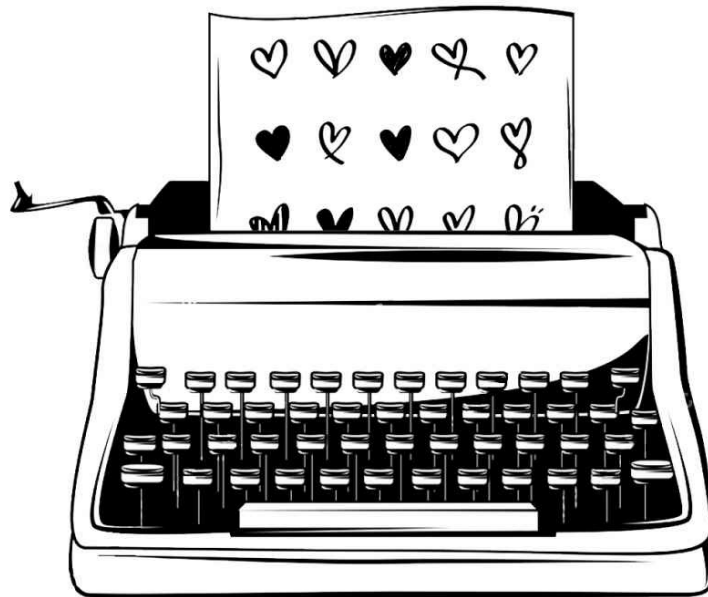
Notas de *amor-próprio*



Organização: Alice Maulaz
Clara Magalhães • Letícia Linhares
Louise Branquinho • Jhonatam Bueno
Juliana Medeiros • Guinho Monteiro
Rafael Danesin • Vanessa Nunes



Notas de *amor-próprio*



Copyright © 2019 Notas de amor-próprio
Copyright © 2019 Alice Maulaz

Revisão: Louise Branquinho
Diagramação: Meg Mendes
Capa: Meg Mendes
Imagens: PNGtree, Pixabay e Freepik

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Ficha catalográfica)

MAULAZ, Alice (organização)

Entrelaçados | 1ª edição, 2019

1. Antologia.

2. Literatura Brasileira. I. Título.

É proibida a reprodução total e parcial desta obra, de qualquer forma ou por qualquer meio eletrônico, mecânico, inclusive por meio de processos xerográficos, incluindo ainda o uso da internet, sem permissão expressa do Autor (Lei 9.610 de 19/02/1998).

Esta é uma obra de ficção. Nomes, personagens, lugares e acontecimentos descritos são produtos da imaginação do Autor(a). Qualquer semelhança com acontecimentos reais é mera coincidência.

Todos os direitos desta edição reservados.

Índice

[A Peça](#)
[Papo de PUB](#)
[Alice Maulaz](#)
[Estrelinha...](#)
[Clara Magalhães](#)
[O Precipício](#)
[Letícia Linhares](#)
[Oh, You Are The Feminist Tip](#)
[Pare](#)
[Notas de Amor-próprio](#)
[Louise Branquinho](#)
[Cicatriz](#)
[Força](#)
[Frente à Tua Face](#)
[Lixo vs. Luxo](#)
[Onde Encontrar a Felicidade?](#)
[Seja, Veja, Viva, Exista;](#)
[Jhonatam Bueno](#)
[Me Encontrei Sozinha](#)
[Transbordar de Amor](#)
[Solidificados Estão os Meus Sentimentos](#)
[Juliana Medeiros](#)
[Reflexão](#)
[Aamor-próprio](#)
[Guinho Monteiro](#)
[Anjo de luz](#)
[Vanessa Nunes](#)
[#gratidão](#)
[Rafael Danesin](#)

A Peça

Alice Maulaz



Já quis ser uma cicatriz:
A que deixou marcas
boas ou ruins;
A que se mantém na mente
querendo ou não;
A que a lágrima desce
só de vez em quando;
A que você fez de tudo
para o “para sempre”
mudar de lado.

Já quis ser a primeira
da tal feliz história;
A que fez você acreditar
no amor de versos;
A que desconstruiu medos
até acertar;
A que faz muito bem
e depois muito mal;
Ah... A primeira flecha?
Não, não se esquece.

Já quis ser uma ponte:
A que entrou na fase branda;
A que se faz de morna;
A que não deu em nada;
A que não promete;
A da diversão de segundas.
Hoje quero ser uma brisa:
Leve e livre;
Paz e saber;
A do beijinho na testa;
A que faz poemas
A que dá força
para todas.
A que sonha alto...

...Até atingir as nuvens.
Sou uma mulher de fibra;
sem "As" nem "porquês";
Sem medos ou receios;
Do tipo que não aguentam
por ser demais.

A brisa é gentil:
Não tem morno;
Não tem ponte;
Não tem ordem;
Não tem marcas.

E agora?
Ela não é de ninguém;
Ela é dela;
Ela é Cinderela;
Ela é mulher-maravilha;
Ela é de fé e de carnaval.

Por que mudar?
Ah... mudar é bom.
Todo mundo troca
de fase
de cabelo
de papel
de tudo um pouco,
mas o amor-próprio
aqui
floresce.

Papo de PUB

Alice Maulaz



Respira... Inspira... Respira... Inspira.

O ar frio e úmido já entrou nas minhas veias com uma sensação de desejo ao novo, típico de uma jovem descobrindo um novo mundo. Então eis que me pego a sorrir andando em direção à estação de South Bermondsey, indo para a London Bridge, e assim finalmente escuto a tremida do metrô chegando ao meu destino. Ok, mas qual destino? Meu destino é o caminho, o passear pelas ruas sorrindo até para os estranhos, e nada melhor do que conhecer uma cidade do que apenas fazer parte dela por um tempo.

Adentro a estação com o Oyster, o cartão de passagem britânico, em minhas mãos e aguardo poucos minutos, atenta para o painel indicador de quanto tempo falta para o trem chegar. É bem nessas horas que lembro como tudo é diferente do Brasil e como aqui as coisas funcionam mesmo em horário de pico.

Entro calmamente com uma mochila de sonhos e um olhar deslumbrado com as belezas das pequenas coisas e procuro um lugar perto da janela para me sentar entre algumas opções no vagão.

Enquanto estou sentada em um trem vazio e aconchegante, fico pensando o quanto sou apaixonada por roteiros e na minha necessidade de colocar a vida como um grande filme, sempre procurando o próximo passo ou fala do script. Além do mais, gosto de fazer roteiros baseados em vídeos do YouTube e blogs de viagem no meu tempo livre. E com a vida aqui em Londres não é diferente.

São tantos passeios e opções nesta cidade real que é como se cada

lugar que eu esteja seja um ponto turístico. Seja em um pub *vintage* tomando uma sidra de morango, em um mercado comprando um combo de almoço por cinco libras, nos meios de transportes, nos museus e galerias ou no meu quarto.

Devo admitir que todo lugar é especial e o quanto é bom me permitir aprender muito viajando sozinha. Aprendi a crescer e respeitar compromissos e compreendi o valor da minha cidade e das pessoas que amo, afinal elas sabem o quão persistente fui para chegar até aqui.

Portanto, em cada viagem percebo lições e oportunidades que vão formando meu próprio País das Maravilhas, regado neste momento ao cheiro de chá das cinco com leite desnatado, por favor.

Meu hobby é viajar – eu sei, eu sempre me descrevo assim – e preencho minha alma quando estou pelo mundo. Chega um momento que mesmo não sabendo como, as coisas me levam por esse caminho quase como se fosse coisa do destino, e é por aí que chega minha tão sonhada paz, a paz interior, aquela que move tudo dentro de minha mente. Você já parou para pensar se encontrou a sua paz?

É possível encontrar a paz de diferentes maneiras: em um abraço; em uma mensagem; em um momento... Ah, se momentos congelassem! A vida é tão leve, quase tão rápida quanto a baldeação da London Bridge para a linha Jubilee. Aliás, por pouco não perco o metrô entre tantos pensamentos sobre tudo.

Uma vez eu li que devemos ser quem nosso “eu” criança sentiria orgulho de ver no futuro, e é o que venho tentando fazer desde então, afinal devemos ter sempre uma motivação conosco, não importa o quão alta seja. Sinto que a minha Alice de cinco anos, que ainda mora dentro de mim, está bem feliz. Não tem como não me emocionar ao pensar nisso enquanto sou intercambista.

Ufa! Já me encontro dentro do metrô de novo e em três minutos chego em Waterloo. Saio da estação já reconhecendo a tão queridinha dos turistas e clipes de música. Sim, a London Eye.

Percebo que cheguei adiantada e como sei que a fila demora, não importa o quanto tentem controlar a agenda, decido me sentar em um parque próximo às atrações e dou de cara com o Tâmis. Caminho até a beira do rio, tricotando retalhos de sonhos e desejando que este momento que tanto estimei congele.

Paro um pouco e tiro fotos, porque é o máximo que consigo fazer

competindo com o vento frio, mas que agora considero até um pouco envolvente.

Por algumas horas nem a garoa cai, e neste jardim estendo minha toalha e sento sozinha com os pés inchados de tanto perambular.

Há casais, idosos e crianças no parque. Existe um carrossel, algumas barraquinhas de comida e, claro, uma roda gigante enfeitando a paisagem. Aqui eu existo e me misturo entre todos. Somos apenas pontos neste mundo, mas o que eu desejo mesmo é ser um ponto feliz.

Alice Maulaz



Alice Maulaz é luso-brasileira, escritora, professora e tradutora. Apaixonada por literatura e idiomas, a autora é formada em Letras-Inglês, estuda espanhol e vem participando de diversas antologias desde 2017. Além disso, a autora é organizadora das antologias “E aí...voei” e “Notas de amor-próprio”.

Além disso, Alice ama assistir séries, viajar e produzir conteúdo sobre as coisas que passam pela sua cabeça. Na meditação ela reencontrou a si mesma e mudou o seu jeito de ver o mundo, estudando sobre o conceito de *mindfulness* regularmente.

Estrelinha...

Clara Magalhães



“Se a tua luz não brilha, não tente apagar a minha”.

Quem nunca ouviu ou leu essa frase?

Vamos falar um pouco sobre amor. Ai, o amor! Ele é sublime.

Porém, gostaria de falar sobre o amor-próprio.

Quando eu me amei de verdade, aprendi a falar “não”, a colocar limites. A vida ficou mais leve.

Aprendi a me valorizar, e isso não é egoísmo, e sim cuidar-se. Me permiti pausas.

Passei a ter um olhar mais empático ao me olhar no espelho e me enxergar de verdade, com inúmeras imperfeições que fazem parte do que eu sou. São as minhas características.

Às vezes esse olhar se torna difícil. Desconstruir-se é doloroso, demanda tempo, mas quem disse que seria fácil?

Lidar com o lado escuro do meu ser, minhas falhas, onde encontram-se, defeitos, preconceitos e uma pontinha de inveja, essa mania de me comparar com os outros.

Quando encontrei o meu lado luz, eu parei de me comparar, de querer me enquadrar, porque cada um é único, provido de defeitos e qualidades.

Todos nós temos uma estrelinha com brilho próprio, ela é única e intransferível. Não podemos e nem devemos entregar na mão de outros, pois esse brilho só pertence a nós mesmos.

A vida é nossa, o momento somos nós que fazemos.

Então, ame-se intensamente.

Clara Magalhães



Carioca, professora, pedagoga e agora resolveu cursar Letras. Ama ler e é escritora nos tempos vagos, sendo autora de algumas antologias. Um eterno ser em mutação, adora aprender e tem como hobby viajar, conhecer novos lugares e, com eles, seus costumes. Gastronomia a encanta.

O Precipício

Letícia Linhares



Eu queria que alguém me dissesse para não fazer isso, que alguém se importasse o suficiente, que me perguntasse o porquê. Já se tornou um hábito olhar para esse penhasco que é a minha vida e refletir sobre tudo que não foi e nem nunca vai ser.

Todos os nunca mais, tudo o que eu nunca tive, doem mais do que tudo o que eu passei. Sinto falta da família que não tive, do pai amoroso com o qual eu sonhei, ao invés do monstro que batia na minha mãe e em mim pelo simples prazer de nos maltratar. Consigo imaginar como minha vida poderia ter sido diferente se ele não existisse, se meu pai fosse outra pessoa, mas não foi.

Já passei dias imaginando como tudo poderia ter sido diferente, me viciiei em imaginar e todos esses sonhos me destruíram, porque, ainda que fossem lindos e cor de rosa, nenhum deles tinha poder de mudar o que acontecia do lado de fora. Nenhum deles, por mais bonitos que fossem, eram reais. A realidade é dolorosa, tem cicatrizes demais, e todos os dias eu duvido se consigo sobreviver mais um dia.

Quando meu pai sumiu e minha mãe morreu tempos depois, eu pensei que tinha uma chance, que o problema estava neles, não em mim, porém, no fim das contas, não tem como ser criado numa família como a minha e não ter algum tipo de problema. Ainda que eles tenham ido embora fisicamente, suas presenças ainda estão dentro da minha mente, me sabotando sempre que eu consigo qualquer coisa boa.

Nesse tempo, trabalhei, bebi, me diverti, fiz amigos, mas nunca consegui realmente me conectar com outras pessoas. Quando estou prestes a estabelecer uma amizade ou começar um relacionamento, faço algo que estraga tudo. O padrão é sempre igual, ainda que eu tente evitá-lo. A sensação de estar incomodando as outras pessoas sempre me leva a erros diferentes que, no fim, chegam ao mesmo resultado: este precipício.

Meus pensamentos aqui são quase sempre confusos e contraditórios, uma mistura entre o pouco de amor-próprio que eu ainda tenho com as outras vozes da minha cabeça. Todos os dias ouço delas a verdade que eu odeio: nunca serei amada por ninguém. Não mereço isso, não se continuar sendo assim.

Pode parecer um pensamento estúpido, mas o que ele me faz sentir não é nem um pouco idiota. Posso ouvir meu pai repetindo que eu era um estorvo, que não servia para nada e desacreditá-lo sempre foi muito difícil. O medo da minha mãe me ensinou desde pequena que ele nunca estava errado e essa crença nunca se desfez na minha cabeça, nem mesmo quando me “libertei” dele.

A prisão da mente é a pior que existe e, mesmo que eu não o veja mais, às vezes é como se ele nunca tivesse ido embora. Ainda me sinto como aquela menina escondida debaixo da cama. A voz dele vem sempre que estou mais fragilizada, sempre que minha própria voz está baixa, e desse ponto para os pensamentos errados é um pulo.

Ele sempre me fez sentir deslocada, como se nada fosse para mim, e até hoje esse pensamento sabotador continua. Sinto que não tem nada para mim nesta vida. O que eu sinto é que o único jeito de seguir adiante é desistir. Mas quem garante que tem algo para mim depois também?

Tento acreditar nesta nova onda de amor-próprio, gritar com a minha própria voz que sou importante, me fazer crer nessa verdade, mas no fim do dia é perturbador demais estar sozinha comigo mesma. Os pensamentos sabotadores vêm sem avisar e, por mais que eu tente, nem sempre tenho força para calá-los. Algumas vezes tenho a impressão de que eles foram embora de vez, porém, do nada, algo acontece, alguém fala alguma coisa, algo insignificante para os outros e, pronto, estou de volta a esse ciclo.

Todas às vezes penso em tudo o que construí e em quem sentiria minha falta se eu me fosse. Alguns nomes vêm na minha cabeça, mas quanto tempo levará até eles seguirem com suas vidas como se eu nunca tivesse existido?

Fecho meus olhos imaginando uma vida sem a minha presença e as lágrimas começam a descer desesperadamente. Eu não faria falta a praticamente ninguém, por que então eu não consigo me desapegar?

A verdade é que no fim do dia eu não quero desistir, mas não sei se consigo mais tentar. Não sei mais o que fazer, parece que sempre faço as escolhas erradas e arruíno tudo. Perdi tudo, minha filha está sendo criada por um casal de estranhos e a maior parte dos meus amigos não fala mais comigo.

Por muitas horas andei sem rumo pela minha cidade desejando ter um lugar para ir, porém não tenho. Os poucos amigos que ainda falam comigo têm suas próprias preocupações, mais coisas a pensar que nos meus problemas. Ir atrás deles seria apenas egoísmo...

Pela primeira vez em horas olho para o horizonte e me permito perceber o mundo a minha volta. Andar sem rumo me trouxe para um lugar muito específico, a praia onde eu consegui um emprego, amigos e muitas lembranças. Os melhores momentos da minha vida, eu diria. Respiro fundo e aceito que é a hora de dar um fim a tudo isso.

Em frente, me jogo no mar. Queria dizer que não me arrependo, que não sinto medo, mas é só isso que eu sinto. E se não tiver nenhum depois? E se isso for um erro?

Meu corpo luta contra a água. Não enxergo nada. Não quero mais morrer, mas não sei como lutar contra isso. Quanto mais tento emergir, mais afundo. Eu sei agora que não quero mais isso, que quero viver, mas lutar contra a correnteza é quase impossível...

Não sei por quanto tempo me mantenho nadando e nadando, mas em algum momento, por apoio divino ou mágico, consigo chegar à costa. Todo esse momento vem em flashes. Eu só soube ali que não queria morrer, que não queria abandonar o mundo sem ao menos ter tentado ser alguma coisa.

Completamente sozinha, saio do mar, tremendo de frio e em lágrimas. Sento na areia mesmo e, olhando para o mar, encaro meu medo de novo. Eu sempre me achei uma covarde por nunca tentar e, agora que eu consegui, só consigo pensar que morrer não é a solução.

Fecho os olhos e penso na vida que eu desejo: amigos, família, quem sabe até um namorado. Quero não me sentir tão insuficiente a ponto de estragar tudo. Eu só quero ser feliz sem me sentir culpada por isso...

E eu sei que a única pessoa que pode mudar isso sou eu mesma, mas não sei se sozinha eu consigo. Penso em todos esses meses e uma coisa sempre me chama a atenção, as crises sempre vêm quando eu estou sozinha,

quando eu saboto mais um relacionamento. É hora de me redimir, de não deixar esses sentimentos tomarem o controle da minha vida. Ando até o quiosque onde eu trabalhava até pouco tempo, não é longe e, se eu der sorte, talvez ainda encontre o Matheus. Meu chefe e amigo com quem tive atitudes bem idiotas recentemente. É hora de admitir meus erros, pedir desculpas e tentar reaver nossa amizade. Talvez eu esteja sendo egoísta, mas sem um amigo não sei se posso suportar tudo isso. Bato na porta com insistência e espero...

— Adriana? — Sua irritação parece durar até ele perceber meu estado.

Sem nem pensar duas vezes, ele me coloca para dentro, me entrega uma toalha e murmura alguma coisa sobre fazer um chocolate quente para mim.

— E aí, melhor agora? — diz depois de me entregar o chocolate e um casaco dele.

— Não vai me perguntar o que aconteceu?

— Só se você quiser responder.

E, sem perceber, começo a chorar de novo. Não sei o que dizer, como respondê-lo. Eu não chego a pedir, mas ele me abraça e sussurra no meu ouvido que tudo vai ficar bem.

— Desculpe, Matheus, por tudo que eu fiz. Eu fui uma idiota...

— É, foi. Mas não é mais, já esqueci.

— Eu preciso de ajuda, Matheus. Eu dei sorte desta vez, mas não sei se vou dar na próxima, e não quero morrer... não posso morrer... Me ajude, por favor, Matheus!

Ele não diz nada, só me abraça mais forte, e eu sei que posso contar com ele. Vir aqui já foi um passo, resta a mim continuar tentando. É hora de aceitar que não mereci nada daquilo, que nada foi minha culpa, e começar a ser feliz por quem eu sou. Vou cometer erros no processo, mas isso não quer dizer que eu seja terrível ou que tudo esteja acabado, só quer dizer que sou humana. E quando as vozes voltarem, daqui em diante não estarei mais sozinha para enfrentá-las.

Nenhum erro que eu tenha cometido me faz menos merecedora de viver. E eu sei que uma parte minha lá no fundo sabe disso, resta a mim aprender como responder as vozes ruins quando elas vierem.

Letícia Linhares



Letícia Linhares é produtora cultural no horário comercial e escritora no tempo livre. Suas maiores paixões são as histórias, sejam livros, quadrinhos, séries ou filmes. Nascida e criada no Rio de Janeiro, começou a escrever *fanfics* de Harry Potter aos doze anos e nunca mais parou. Das *fanfics* foi para os contos, dois selecionados para as antologias *Por nós dois* e *Quando Você se Foi*. Seu grande desafio é fazer com que seus leitores sintam cada história contada como se fosse sua e levem um pouco de empatia para suas vidas cotidianas. Nas horas vagas, cria conteúdo geek para a página Turn e sonha com quando seus hobbies serão seu trabalho.

Oh, You Are The Feminist Tip

Louise Branquinho



Eu nunca me considereei feminista. Tinha horror a esse movimento. "O feminismo é uma palhaçada", já cheguei a dizer. Sempre via aqueles protestos nas redes sociais e achava ridículos, exagerados. Eu enxergava o feminismo da mesma forma que muitas pessoas de mente fechada. Para mim era um movimento em que as mulheres ficavam nuas, desrespeitavam as religiões, tinham ideias radicais e sem noção.

Inclusive cheguei a bater de frente com algumas pessoas a respeito disso. Meu argumento era sempre o mesmo: "eu quero direitos iguais, salários iguais, mas não sou feminista. Não acho certo esse movimento". E cansei de ouvir pessoas dizendo: "como você quer direitos iguais e não se considera feminista?". Porém, não adiantava. Eu não entendia a relação. Batia o pé mesmo e não estava nem aí.

Mas aí eu comecei a sentir a necessidade de ser feminista. E isso só aconteceu quando decidi abrir minha mente e enxergar de fato o mundo ao meu redor. Quando passei a entender a importância de acreditar mais no sexo feminino, de ter sororidade (empatia entre as mulheres). Ser feminista não é só estar em protestos (aliás, ninguém é obrigado a ir se não quiser), é ter esperanças de um futuro melhor e mais igualitário e tomar pequenas atitudes no seu dia-a-dia para que isso dê certo um dia.

O machismo está enraizado na nossa sociedade, isso é nítido. É um conceito que vem sendo desenvolvido desde não sei quantos mil anos. Em quase todos os países (se não todos) as mulheres são vistas como o sexo

frágil, alguém que precisa ser protegido (por um homem, é claro).

Com isso eu posso dizer que nunca concordei. Eu não cresci em um lar machista, tive uma mãe que sempre trabalhou fora e que inclusive sustentou a casa sozinha por algum tempo. Tive um pai que sempre fez as tarefas domésticas, que cuidou de mim, trocou minhas fraldas e tudo o mais. Todavia, cresci frequentando igrejas evangélicas.

Amo minha religião, mas principalmente nas igrejas mais tradicionais o conceito de mulher submissa ainda é muito presente. Ainda há uma visão da mulher como responsável por cuidar da casa, da comida, das crianças. Em geral, se a mulher quiser trabalhar fora, tudo bem, mas também é preciso cuidar da casa. Não é responsabilidade nenhuma do marido, independente de ele trabalhar ou não.

Cheguei a ouvir de um pastor algo parecido com isto: "se o seu marido largar a cueca no chão do banheiro, você tem a responsabilidade de ir lá pegar. Se ambos chegarem cansados do trabalho, você tem que fazer a comida, porque ele tem o direito de ir assistir ao futebol dele na TV. Se você ganhar mais que ele, não pode ficar se gabando." Oi? Como assim? O casamento não é para ser algo bom? Porque, para mim, isso parece uma punição.

Depois de ouvir essas frases (ditas à mulher no dia do casamento), fiquei bem pensativa. Sempre pensei em casamento, acreditei em amor e tudo o mais. Sabe aquelas meninas que realmente creem que o primeiro namorado é o amor da vida delas? Que foram feitos um para o outro? Que chegam a planejar casamento? Eu era assim. Quando pequena, tinha uma brincadeira no papel em que você colocava a idade com que queria casar. Na minha cabeça eu precisava casar entre 22 a 24 anos, senão seria até uma frustração pessoal.

Porém, mesmo com toda essa visão "arcaica", eu nunca me vi sendo submissa. Nunca consegui me imaginar tendo que abaixar a cabeça para marido porque ganho mais, tendo que catar as roupas do chão ou simplesmente ir para a cozinha TODOS os dias, mesmo estando exausta. Claro que não me incomodaria de fazer comida, limpar a casa ou o que for, mas sempre quis um homem que chegasse junto (e sempre deixava isso claro para o suposto homem da minha vida e futuro marido/pai dos meus filhos – doce ilusão de adolescência).

Contudo, quando cresci (não faz muito tempo, demorei realmente para perceber toda a realidade da sociedade), me tornei feminista. Ou talvez eu sempre tenha sido e só não queria admitir. Demorou, mas finalmente

passei a entender o que realmente importa.

Ainda falando sobre casamento, hoje em dia eu tenho plena certeza e consciência de que não quero um homem ao meu lado que me trate como uma escrava. Se for para ter alguém assim, como diria Ariana Grande, "*thank you, next*".

Também parei de acreditar em casamento a qualquer custo. Deixei a ideia de que precisava casar para trás. Não é que eu não queira casar ou não pense mais nisso, porém percebi que na verdade eu estava sendo influenciada mais pela sociedade do que por mim. Com isso, acabei mudando algumas crenças e evoluindo outras.

Conclusão de toda essa história sobre minha construção de consciência, ideias e visão do mundo: Hoje eu enxergo de verdade o que é ser uma mulher e o peso que isso representa. *Porr**, a gente merece o mundo, de verdade.

Sexo frágil? Sério? Nós aguentamos cólica por uma semana todo mês. Cólica dói muito! A vontade de desmaiar é real, o choro vem. Porém, nem por isso paramos nossa vida, deixamos de trabalhar ou ficamos reclamando (bem, é claro que reclamamos, mas não durante 24h). Nós aguentamos TPM, mudança de humor por conta dos hormônios... Ficamos grávidas! Tem coisa mais bela e incrível que isso? Geramos vidas! E não é fácil e nem tão prazeroso como mostram nos filmes. Dói. Pesa. Machuca. Enfraquece. Você sabia que a dor do parto é considerada uma das piores? Contudo, aguentamos.

A verdade é que aguentamos muita coisa. O tempo todo estamos aguentando. Não é só a dor física, é a emocional também. Ser pressionada pela sociedade machuca muito! A família julga o tempo todo, os "amigos". "Você não pode fazer isso porque é mulher"; "você tem que se comportar de tal forma porque é mulher"; "você tem que ter filhos porque é mulher". E por que o homem pode fazer o que quiser a hora que bem entender?

Fora os salários menores que recebemos. Homem trabalha mais? Sério? De onde vocês tiraram essa ideia? Aliás, tínhamos que ganhar o dobro só por ouvir esse tipo de coisa.

Tem uma música que diz: "Você tem que trabalhar mais duro que qualquer outro homem, é o único jeito. Mas ela vai para o mesmo trabalho todo dia, ela é subjugada e mal paga só por causa de como o corpo dela é feito. Isso não é insano?" (*Woman's World* – Little Mix). Essa letra me faz refletir muito sobre o que é ser mulher e o que temos que enfrentar. Sobre o

quão sem noção é sermos prejudicados o tempo todo só por sermos quem somos.

A música continua com: "Se nunca te disseram como você tem que ser, se vestir ou falar, se nunca teve que gritar para ser ouvida, você não vive em um mundo feminino". E é a mais pura verdade. É uma pressão surreal o tempo todo, uma humilhação constante. Não é legal ter que gritar a todo momento para termos que expressar nossa posição. Não é fácil. E sei que essa luta só está no começo. Mas eu quero que você, mulher, que está lendo este texto, saiba que eu estou aqui para fazer minha parte. E espero que você também esteja. "Olhe o quão longe nós fomos", diz a música. "Haverá um dia em que todos seremos tratados da mesma forma". Se não acreditarmos nisso, não vamos evoluir, não vamos para a frente. Precisamos de direitos iguais, sim! Não queremos ser melhores que os homens, superiores, nem nada disso. Mas queremos respeito. Eu quero respeito.

E para os homens, deixo aqui outra frase da música: "Tente viver em um mundo feminino". Ah, esse mundo é maravilhoso, de fato. Com tudo o que temos que enfrentar, passar, sobreviver, aguentar, ainda afirmo que ser mulher é incrível. E é por essa razão que acredito que todas nós merecemos ser valorizadas mais e mais a cada dia. É por esse motivo que a sociedade precisa nos notar de forma eficaz.

Sendo assim, finalizo este texto dizendo que acredito fielmente que aos poucos nós, mulheres, vamos alcançar muitas coisas. E não é para sermos vistas como superiores aos homens, e sim como portadoras e merecedoras dos mesmos direitos. A imagem da mulher precisa parar de ser sexualizada para ser respeitada.

*"Oh you are the feminist tip". "**Hell yeah, I am!**"*^[1]

Pare

Louise Branquinho



Pare.

Pare de achar que tudo sempre vai dar certo, porque não vai.

Pare de pensar que as coisas vão acontecer do jeito que você quer, porque não vão.

Pare de querer que as pessoas sejam para você o que você é para elas, porque elas são elas e você é você.

Pare de querer ser melhor que os outros, porque no final todo mundo é igual (com suas individualidades e particularidades).

Pare de imaginar, sonhar, acreditar e não idealizar, porque as coisas só vão acontecer se você agir.

Por outro lado, pare de se menosprezar.

Pare de ser sempre negativa.

Pare de chorar o tempo todo e engula um pouco as lágrimas.

Pare de ficar parada no mesmo lugar achando que tudo vai acontecer naturalmente, porque não vai.

Pare de achar que você só vai ler textos fofos, porque a realidade também é necessária.

Pare de pensar que é insuficiente, porque você não é.

Pare de se auto julgar o tempo todo (e pare também de ouvir o julgamento alheio).

Pare de sofrer, porque você merece mais do que pensa.

Pare de desistir, porque você precisa persistir.

Pare de ter medo de tudo, de ser tão receosa, porque você precisa

enfrentar a vida.

Pare de não avançar, porque você tem que seguir em frente.

Pare de parar.

Pare.

Apenas pare.

E comece a agir e fazer acontecer, porque o mundo é seu, mas só se você não ficar parada.

Esta nota é para mim mesma, que preciso andar mais ao invés de só ficar parada por tanto tempo. E para você, se achar que precisa se mover mais também.

Notas de Amor-próprio (e de realidade também)

Louise Branquinho



Caramba, é muito difícil se amar.

A gente cresce em uma sociedade em que vemos padrões de beleza sendo exibidos por todos os lados. Modelos da Victoria's Secret pesando 50kg ou até menos, celebridades expondo seus seios volumosos e redondinhos, quadris modelados, sua bundas definidas. Às vezes eu fico vendo alguns famosos e pensando: “como?”. Para mim é surreal quando analiso o quão distante estou de alcançar esses “padrões ideais”.

Vamos ser bem honestos aqui: NÃO DÁ. Dificilmente um pobre mortal como você e eu vai alcançar um corpo ou rosto padrão Hollywood. Está fora da nossa realidade. Aquilo que vemos são anos de academia, plásticas, cirurgias... Enfim, muito dinheiro envolvido. Eu, finalmente, depois de muito tempo, já entendi que não tem como chegar em um nível próximo dos exibidos na televisão.

Sei que posso dar o meu melhor sempre e buscar evoluir, contudo possuo limitações financeiras, psicológicas e até pessoais. E está tudo bem com isso. *Que se danem os padrões de beleza!* Estou falando isso com sinceridade. E não digo que é fácil dizer essa frase, porém é a realidade. Muitas das vezes chorei por não me adequar aos padrões exibidos, mas hoje tenho a consciência de que meu padrão é outro, é só meu. O seu padrão também é só seu. Cada um tem seu próprio biotipo e ninguém é igual ao

outro. Então ache seu próprio padrão e o que te faz sentir bem. Sei que nem sempre estamos satisfeitos com o que temos. “Queria ter menos peito”; “Queria ter uma bunda maior”... Queria isso, queria aquilo. Não queira o que você não pode ter. Faça o que você acha que consegue e está ótimo.

O importante nisso tudo, nesta vida, não é encontrar o corpo ideal, que agrada a sociedade. O que vale é ser feliz acima de tudo. Então, SEJA FELIZ. Feche um pouco os ouvidos para a opinião alheia e aproveite sua vida, que é uma só, da melhor forma possível. Não pense no que não pode fazer, e sim no que consegue. Aproveite. Realize. Busque. Alcance. Conquiste.

Outra dica: preze SEMPRE pela sua saúde psicológica. Isso é MUITO importante. Não fique procurando a perfeição a todo momento, focando tão desesperadamente no seu corpo e até nos seus estudos (sei como funciona a pressão) e esquecendo de si mesmo. Você PRECISA pensar em você e na sua saúde, senão nada funciona. Se você não está em paz com sua mente, não estará em paz com mais nada na sua vida. Sem uma mente tranquila, nada funciona. Vai por mim. Sei do que estou falando.

Por fim, desejo a você, a nós, força. Força para enfrentarmos o mundo da melhor maneira. Força para encararmos os desafios da vida. Força para nos olharmos no espelho e dizermos: “estou linda(o) hoje”. Força para sermos felizes e alcançarmos tudo o que desejamos. O mundo pode ser seu, nosso, basta não desistirmos. Vamos respirar fundo, erguer a cabeça e ir à luta. FORÇA!

Louise Branquinho



Louise Branquinho é carioca, formada em Letras Português-Inglês pela UFRJ e trabalha como revisora de textos na Pluma Revisão Textual, a qual é sócia. Apaixonada pelo universo dos livros, a autora escreve desde a adolescência. Seu primeiro livro, *Para onde vão os corações partidos?*, foi publicado pela Tribo das Letras em 2015. O segundo, *A Primeira Pétala*, primeiro de uma trilogia, foi lançado pela mesma editora em 2016. Além disso, ela participou da antologia *Vilões*, publicada pela Editora Sinna em 2017, com o conto *Quando a última pétala cair*. Cheia de projetos em mente e em construção, Louise procura através da escrita expressar seus sentimentos e, principalmente, sonhos, procurando colocar bastante amor em seus trabalhos.

facebook.com/pluma

facebook.com/livroparaonde

Cicatriz

Jhonatam Bueno



No peito o sufoco, o tempo...
Na alma há um grande abismo;
Tu és lento, deixas o vento
Te direcionar como forma do comodismo...

Lamentável como sofres!

O passado não pode andar, ele tem que ficar.
O presente deve te fazer entender!
O futuro é muito cedo para se viver.

Lamentável como sofres!

Enquanto paga uma de engraçado,
Sei que pede socorro, tu estás machucado...

Lamentável como sofreu!

Covardes aqueles que te deixaram,
Maldosos aqueles que te machucaram.

Lembre-se: você é incrível. Confie em ti, faça a diferença em sua própria vida, afinal você é quem traça os caminhos para sua própria felicidade ou infelicidade.

Força

Jhonatam Bueno



Chove, chuva, lá fora a Lua dança
Aí dentro você canta sozinho.
A tempestade parece contínua, será vingança?
Continue por você, esse é o caminho.
Por favor, não perca a esperança!

Cada ferimento, cada sofrimento
É a forma da vida saber a profundidade
Da sua alma, leve tudo como conhecimento
No final desse reboiço encontrará oportunidades.

A vida é feita de muitas surpresas,
Ninguém está preparado para o futuro.
Nosso medo está ligado com as despesas
Deixadas por nós em um passado "presente".

Lembre-se: nunca é tarde para mudar!

Frente à Tua Face

Jhonatam Bueno



Já clamei para que entrasse em contato comigo.
Vejo suas lutas diárias aqui de dentro.
Não gosto da forma como você se queixa para seus amigos,
A cada. Eu sou feio, eu sou incapaz, encontro o fim próximo.

Eu já não peço mais, eu suplico.
Olhe para o espelho, ele quer conversar contigo...
Tome coragem, que eu descomplico
A viagem que você fará ao seu lado antigo!

(Rios fartos descem de seu rosto)
Por que choras?
(O silêncio faz morada)

Eu já sei, uma criança foi machucada
No passado, foi aí que tudo começou.
Agora, faça uma chamada àquele pobre desabrigado,
Tudo o que falaram pra ele se multiplicou...

Rapaz, olhe neste espelho, imagine agora o garotinho
E fale pra ele que ele é feio, incapaz, imprestável, chato,
— CALE A BOCA, CHEGA.

Por que a revolta?
(O silêncio ressurgiu)

Eu sei que você não tem forças para fazer isso,
Porque você sabe mais do que ninguém
O quanto ele é capaz, o quanto ele é lindo. Por isso,
Olhe para ele e diga o que está entalado!

Gosto desses elogios que você fez a ele...

Agora olhe para você. É difícil entender
Que você é incrível, é capaz, é lindo?
Espero que você não dependa
Mais da opinião de ninguém.

Tenha em mente que se amar
Não é egoísmo, é salvação
Em um mundo cheio de decepção.
Amar-se para poder amar.

Lixo vs. Luxo

Jhonatam Bueno



Olhe bem pra isso aqui.
Ridículo, veja como está destruída.
É um simples ato, mas o que resolve?
Maquiagem! Aplique! Coisas artificiais!
Sensacional, é claro, vamos mudar.
Você é dependente de coisas artificiais
Para se sentir confortável com seu corpo.
Incrivelmente uma luxúria, mas cadê o se amar?
Amor propriamente meu? Ou de um padrão?
Talvez de uma indústria? Você quer ser quem?

Olha, existimos no mundo para sermos únicos!

O tal ato de amor-próprio é não somente
Aceitar-se, como é também compreender-se.
Ser (humano) é ter sonhos, objetivos
É entender que temos uma função no mundo.

Você é incrível e, lembre-se, nem sempre o externo mostra todo o conteúdo

interno.

Onde Encontrar a Felicidade?

Jhonatam Bueno



Queremos, mas esquecemos.
Somos velocistas da auto ignorância!
Passamos dias, anos correndo sem consciência.
Quando nos damos conta do abismo em que estamos,
Perguntamo-nos: por que só erramos?
Ainda culpamos Deus pelas nossas péssimas escolhas.
Claro, sempre temos que culpar alguém pelas nossas falhas.

Como é difícil, não?

Em meio ao caos da solidão existe luz e paz!
E para encontrar as coisas boas você precisa saber que é capaz
De enfrentar todas as circunstâncias
Tanto dos seus maus quanto dos seus bons atos.

Lembre-se: a vida é como obra de arte, na qual você é o artista que manipula o pincel, deixando registro das coisas em que você quer alcançar ou já alcançou.

Seja, Veja, Viva, Exista;

Jhonatam Bueno



Passe por desafios e ame-se,
Passe por mudanças e sinta-se,
Passe por conflitos e ame-se,
Passe por dias e sinta-se!

Ao longo da vida vamos percebendo que esse é um processo incrível e único.

Ser feliz é saber que vamos passar por tempestades, mas nada que um dia após o outro não melhore.

É difícil entender, pelo menos agora, mas ser você mesmo é deixar um legado, é se fazer existir enquanto pessoa.

Independentemente da sua idade, veja a beleza que te rodeia. Por mais complexos que sejam seus problemas, para todos eles existem soluções.

Somos como um barquinho de papel, jogados em alto mar com um só rumo: achar terra firme, ou seja, devemos aproveitar e sentir cada onda que por nós passar, mas devemos entender que cada onda não deve nos mudar. Somos o que somos e passaremos pelo que há de vir da forma em que estamos.

Eu peço pra ti: exista para mudar, ajudar o mundo.
Se aceite para viver bem, em harmonia consigo.

Jhonatam Bueno



Jhonatam nasceu em 29 de abril de 2003 em São Paulo - SP, onde reside. É membro vitalício da Academia Estudantil de Letras - AEL Monteiro Lobato e participante do Movimento Nacional Elos Literários - MNEL. Já contribuiu para a realização da 7ª Semana de Incentivo e Orientação ao Estudo e à Leitura na cidade de São Paulo.

Jhonatam vê a escrita como uma forma de expressão para liberar os sentimentos. Não é à toa que começou a escrever logo depois de perder seu avô.

Em suas linhas o jovem expressa uma realidade até então vista só por ele, mas que deve ser compartilhada por meio de seus escritos. Participante de 7 antologias, Jhonatam é autor do livro *Nem tudo é fantasia, às vezes é poesia*.

Me Encontrei Sozinha

Juliana Medeiros



Ontem eu me encontrei sozinha. Quando o celular não tocou, quando não recebi nenhuma mensagem e nem notificações. Quando você não bateu na porta da minha casa e disse que tudo era um mal-entendido e que eu teria você de volta em minha vida.

Foi como se meu coração congelasse, o mundo parasse e nada mais valesse a pena. Eu sempre tive pavor disso. Sempre tive medo de só ter a mim. Por que eu deixei isso acontecer? É minha culpa!

Eu conseguia ouvir ao longe o seu toque no meu celular. Era só minha imaginação. E, por mais que eu brigasse comigo mesma para não olhar, para não procurar nas redes sociais uma mensagem sua, eu me rendia, olhava, procurava e nada. Não era você, não era ninguém. Eu estava realmente só. Eu não tenho companhia e pareço não encontrar companhia nem mesmo do meu próprio sofrimento.

Me pareceu por um momento que, sem o toque do celular, com a ausência de suas mensagens, eu já não era mais importante para o mundo, não era mais importante para ninguém. Como seria a vida agora?

Meus pais viajaram, eu não tenho mais namorado e nem sei mais se tenho amigos, porque, depois que você entrou em minha vida, eu larguei tudo pra te amar, eu larguei todos para viver como NÓS queríamos viver. Sempre houve um “nós”. Agora, o que existe? Apenas eu?

Mas quem sou eu? Quem é esse “eu” que tanto falam? Eu vivia para te amar, quem eu amo agora? Você era meu primeiro e único amor!

Por que ninguém me manda mensagem? Por que ninguém me liga? Eu sumi do mundo e o mundo acabou para mim, pois sem você não há mais ninguém. Não há mais nós e eu não sei o que é ser eu.

Como é difícil ficar em casa, por quê?

Eu ontem me senti congelada, com todos os meus músculos paralisados e meu coração batendo devagar. Eu parecia tão parada no tempo, na minha solidão, que nem as lágrimas caíram dos meus olhos. Como você foi capaz de me deixar sozinha?

Eu deveria ser tudo para você. Você é tudo para mim! “Eu quero um tempo pra me encontrar, pra saber quem eu realmente sou sem você, apenas comigo, apenas eu.”, você me disse. Mas, como assim, “apenas eu”? Quem é esse tal eu? Somos nós, isso deveria bastar para você!

Minha melhor amiga me ligou, talvez ela seja única que me restou, conversou comigo por três horas no telefone, disse que após esses quatro anos de “nós” eu deveria tirar um tempo pra me encontrar, descobrir quem eu sou sem você, sem ninguém. Mas, como assim? Ela só pode estar doida! Eu não sei ficar sozinha, não depois de uma vida inteira dedicada às companhias a minha volta.

Ela disse que eu deveria me amar. Mas eu nem sei como fazer isso. Esse tal de amor-próprio não existe. Existe?

Minha respiração está acelerada agora. Ela desligou o telefone e disse que precisava resolver algumas coisas. Como ela ousa me deixar aqui assim... Sozinha?!

Ficar sozinha é um estado de sofrimento para mim, mas ela disse que não, que eu precisava me encontrar no meu silêncio, nos meus pensamentos, que eu deveria entender mais de mim antes de tentar entender mais de outro alguém, ou de você.

Mas eu entendia tudo de você. Não é? Acho que não. Eu não entendi o motivo de você ir embora. Quem é esse eu que você quer encontrar?

Depois de você ir parece que se formou um nó em minha garganta que não vai se desfazer nunca mais. É como se eu não conseguisse mais falar ou respirar direito, como se não soubesse mais como se fala, grita, come e respira. Como isso é possível? O que isso significa? Não sei como viver sem você, pois nós sempre fomos o que eu sempre fui.

Sem lágrimas, sem raiva, só tristeza, sem luz. Eu estou assim hoje, eu fui assim ontem, fui sem mim, sozinha, fui para casa, sem nem mesmo sentir meus pés tocando no chão enquanto andava.

Mais uma noite paralisada de emoções, mais um dia que amanhece, e eu... estou em casa. Meus pais não estão aqui, eles ainda não voltaram de viagem. Minha amiga disse que tinha um compromisso hoje e só vem aqui amanhã. Mas eu comecei a ver uma série nova. Sem você. Sem nós. Apenas eu.

A minha solidão me paralisou quando o relógio marcou 19 horas. A noite para mim é mais difícil sem você. Sim! Eu descobri sozinha que as noites são mais difíceis para mim. Descobri que eu não gosto de domingos e que meu dia predileto é quinta-feira à noite, pois me traz a ansiedade pela sexta-feira.

Foram quatro anos vivendo você. Eu não sabia nada sobre mim. Eu quero tanto, mas tanto, me encontrar mais, saber onde eu me perdi. Talvez eu nunca tenha me achado.

Onde eu estava ontem? Onde eu estava quando você terminou comigo? Não aqui, não em mim. Pois eu nunca parei para encontrar esse eu que você agora me diz que quer procurar em você.

Eu não tinha entendido as palavras da minha amiga ao telefone, mas hoje parece que o nó está aos poucos se desfazendo na minha garganta e meu estômago está um pouco menos embrulhado. Consigo respirar mais fundo agora.

Quatro anos em que eu não me amei, nem por um segundo eu me amei. Eu não pensei em quem eu era ou onde eu estava. Pois não me importava em ser eu, já que estava com você. Éramos nós, éramos um só.

Eu achava que nos completávamos, mas a verdade é que individualmente nunca fomos cheios, então juntos jamais poderíamos ser completos. Fomos apenas dois indivíduos vazios de si buscando inteirar-se um no outro.

Eu ria quando você ria, chorava quando você chorava, e nunca me perguntei o que me fazia triste ou feliz, só vivia o que juntos estávamos vivendo. Eu me vi sem saída sem você. Precisava que alguém me tirasse dali, pois eu mesma não sabia sair. Eu mesma não me sentia presente no meu corpo, na minha mente, não me sentia preparada para visitar a minha alma e perguntar: onde você está?

Foi ontem. Semana passada. Mês passado eu estava assim. Hoje eu consigo respirar.

Parece que sim. Consegui olhar menos o celular, passei a procurar menos você nas redes sociais, na rua. Encontrei mais de mim em casa, no

shopping e no cinema, que agora vou sozinha. Aliás, é tão bom poder ver os filmes sem você, aqueles que você nunca quis ver. Eles são bem legais, na verdade.

Revi meus gostos cinematográficos e musicais. Vou ao teatro, a ballets, faço coisas comigo, coisas que quando estávamos juntos nunca puderam ser minhas.

Eu encontrei meu próprio ar. Eu busco a presença do meu espírito, da minha alma, da minha luz, para me ver completa em mim, e já faço muito mais do que um dia fiz.

Hoje eu busco aprender o que é amar a mim mesma. O que é estar completa em si, cheia em si, para, quem sabe, um dia estar pronta para encontrar outra alma cheia e dividir um amor já completo pelo outro.

Hoje estou melhor, mesmo sem seu amor, sem ninguém além de mim mesma estar me amando.

Quando só via a solidão em mim, aquela vazia, crua, sem tempero ou sal, que vivia de mágoas e dor, eu só sentia a dor que sua ausência causava em mim. Mas hoje encontro um pouco de paz no silêncio do meu quarto e, por enquanto, isso já me basta.

Transbordar de Amor

Juliana Medeiros



Lembro-me dos dias de verão, em que eu passava todo o mês de janeiro na casa de praia da minha família. Eu tinha em mim que aquele era “o melhor lugar do mundo”.

Lembro do barulho do mar a me ensurdecer de tranquilidade. E, com meus pés na areia e meus pensamentos no futuro, cheia de sonhos, eu era atormentada por meu próprio medo, pois não encontrava em meus pensamentos e naquela minha breve solidão as respostas para o que era ser feliz.

Naqueles dias de verão, eu não tinha amigos do colégio ao meu redor, não tinha muito com o que passar o tempo, nem tinha com quem passar esse tempo. Eu ficava só, apenas eu e meus pensamentos, com medo do futuro, temendo aquele presente solitário e as promessas da vida adulta que iriam chegar em poucos anos.

“Qual é o meu papel no mundo? Quem eu realmente queria ser quando crescer?”. Eu vivia a me questionar.

Os dias se passavam no verão carioca, tardes em que eu contemplava o mar e noites a admirar o céu. Todos os dias eu buscava respostas sobre o que me fazia feliz e como evitar um futuro de solidão, pois, para mim, a infelicidade significava estar só. Mas nada me ocorria e eu permanecia sem respostas.

A cada dia os dias e as noites passavam a ser ainda mais alucinantes para mim. Eu via os fantasmas da solidão a me rondar e vivia a me encontrar chorando trancada no meu quarto. Gritava com meus pais: “Por que vocês me

deixam aqui sozinha, sem amigos?”.

Eu culpava o meu gênio forte, minha impulsividade e aos meus pais por estarmos tão longe dos meus colegas de escola. Vivia a culpar o mundo por não me ver, por não querer minha companhia. Eu tinha tanta companhia para dar, eu queria poder fazer qualquer coisa com qualquer pessoa, desde que eu não estivesse só. Eu não queria só a mim, mas eu não tinha mais ninguém.

E que barulho era esse em minha cabeça? Que dor de cabeça! Meus pensamentos chegavam a doer e a fazer barulho, me atormentavam por todos os dias do meu breve verão.

“Viva você! Encontre em você sua própria companhia, sua própria felicidade!” falavam-me os adultos ao meu redor. E minha mãe só sabia dizer que eu deveria aprender a ficar sozinha, a ser feliz comigo mesma. Mas que cargas d’água era isso? Era impossível ser feliz sozinha!

Eu não fazia a menor ideia de como ficar feliz com a minha solidão. Eu não sabia amar os meus defeitos e nem como mentir para eles dizendo que eu não queria destruí-los ou mudá-los. Apenas amá-los.

Não dava para mentir. Eu odiava meus defeitos, os escondia, os detestava, e era contra todos os meus impulsos defeituosos. Então, o que eu menos queria era ficar sozinha com todas as minhas imperfeições.

Mas os dias passavam, e foi na última semana daquele verão que eu lembrei o motivo daquele ser considerado por mim o melhor lugar do mundo.

Deitada na areia, sentindo o calor da tarde batendo em minha pele, com os olhos cerrados e a testa franzida, eu brigava com a luz do sol para abrir meus olhos e poder contemplar as nuvens fofas no imenso céu azul. Mas, por mais que eu tentasse, meus olhos não abriam. A luz do sol era mais intensa do que meus olhos podiam suportar e o silêncio daquela praia quase deserta me agoniava, pois me fazia lembrar que só eu estava ali, sendo presente em apenas mim, sem a companhia de mais ninguém.

Depois de muito lutar e de quase deixar que as lágrimas chegassem às minhas bochechas, deixei-me vencer pela natureza e fiquei ali, de olhos fechados, com o corpo estendido, rendida. Concentrando-me nos grãos de areia aos quais meu corpo repousava e no calor da luz do sol que aquecia a minha pele. E então, sem perceber, sorri.

Aquele sorriso sem mostrar os dentes, meio amarelo, só com os lábios, me trouxe o pensamento e a sensação de plenitude. Senti naquele momento que, mesmo que eu achasse que abrir os olhos e contemplar o céu

fosse o que eu queria, já me bastava estar ali, deitada na praia ouvindo as ondas do mar. Me bastava aquela felicidade. Eu não precisava de mais nada, só de mim mesma. Nem mesmo da companhia do azul do céu ou do branco das nuvens. Eu me bastava em meu corpo para me sentir completa.

Eu sempre fui dessas pessoas que acham que sabem de mais, que sabem mais que todo mundo, mas logo eu me deixei vencer pela luz do sol e me encontrei no som do mar e no tatear dos grãos de areia.

O retorno das aulas se aproximava e eu agora me sentia feliz e triste com o fim do verão. Queria rever meus amigos, mas, quanto mais imaginava o retorno, mais imaginava a presença de um mundo coberto de companhias dos outros e com pouco da minha própria companhia. Eu passei a aceitar melhor minha condição de solidão. Ainda sem saber ser companhia de mim mesma, eu já chorava menos, gritava menos, calava mais.

Quando eu paro para pensar em tudo o que me tornei, eu me sinto feliz. Por mais que tenham dias difíceis, com muito mais desentendimentos comigo do que as vezes razões para ser feliz, eu ainda chego na mesma conclusão: eu sou quem eu quero ser.

Nada e nem ninguém me impede de ser o que eu quero. E, por mais que eu tenha criado obstáculos a mim mesma, agora sei que tudo só depende de mim.

Eu ainda quero ser muito mais do que sou, quero alcançar muito mais do que alcancei e chegar em lugares ainda mais altos e mais longes, mas sei que eu sou completa comigo e que sou cheia de mim diante de tantos vazios que um dia encontrei aqui bem dentro da minha alma.

Minha felicidade se fez naquele momento, sem mais nada, só comigo e com meus pensamentos. Hoje eu observo o mundo e sorrio. Eu sei ver a importância das estrelas, reconhecer o tão azul que é o céu e quão luminoso é o mar. Antes de me deparar com a solidão e o vazio da noite, eu vejo que a lua pode ser uma verdadeira guia.

Foi difícil encontrar em mim minha própria companhia, foi difícil me sentir vencida e admitir que a felicidade morava muito mais perto do que o grande caminho que achei que tivesse que percorrer. Foi engraçado me imaginar feliz sozinha, foi divertido brigar com o sol para abrir os olhos e ele insistir pra que eu os mantivesse fechados para pensar, para sentir mais do que observar, para ouvir, para estar presente em mim, na minha alma, para sozinha e apenas comigo sorrir para aquele momento só meu.

Eu sei que muito mais precisa ser conquistado, muito mais longe eu

quero chegar, mas já é muito bom encontrar plenitude no meu antigo vazio. Tenho amor pelo que eu alcancei, pelos meus sonhos realizados, pelos meus objetivos alcançados, por todas as mudanças, por toda a coragem, por tudo o que superei diante de tantos medos que antes eu havia criado.

É tão bom eu transbordar em mim quando antes eu nem sabia me encher. Sou quem sou e sou feliz por mim. Tenho orgulho, ainda que às vezes eu tenha medo. Sou cheia de mim e cheia de amor. Hoje sei que posso ser feliz sozinha, mas estou preparada para também transbordar outros corações.

Solidificados Estão os Meus Sentimentos

Juliana Medeiros



São sólidos como pedras meus caminhos de flores,
Que construí para encontrar
Minhas paixões e amores.

Como eu posso um dia ter insistido para você ficar?
Se nem sei se me amo,
Nem sei como amar.

Sempre sonhei com você. Eu te via em meus sonhos.
Coberto por máscara.
Sem face, nem nome.

Mas sonhei todos os dias com um príncipe encantado.
Sem defeitos, nem erros.
Apenas por mim amado.

Então, quando te encontrei, fiz todas as suas vontades.
Tapei minha boca, cobri meus sonhos,

Todos meus desejos e minhas tatuagens.

Mas eu devia saber que o seu amor era fugaz,
Destruiu totalmente a mim
E tirou a minha paz.

No fim eu não era mais ninguém, mas eu nunca fui assim.
Eu vivi para te encontrar
Ao invés de encontrar amor em mim.

Foi bem difícil, por fim, ignorar sua opinião.
Mas tapei meus ouvidos, cobri tua boca,
Para enfim escutar a razão.

Encontrei sozinha em meu quarto minha melhor companhia.
Meu silêncio e minha solidão
Enfim se tornaram alegria.

Agora sei que o amor é muito mais do que você me ofereceu.
É incondicional, é carinhoso.
E muito maior do que um dia foi o teu.

Ele segue além e supera qualquer escuridão.
Brota dentro do próprio peito,
No fundo do meu fiel coração.

Juliana Medeiros



Juliana Medeiros é advogada, escritora e sonhadora. Nascida no Rio de Janeiro em 1995, ela encontra em cada fase da vida uma nova maneira de ver o mundo. Por isso, é apaixonada pela vida e amante dos novos desafios, pois acredita que é superando os nossos medos que alcançamos os nossos sonhos. Além disso, é autora dos livros *O fenômeno das fanfictions e o direito autoral brasileiro* e *Manual do Estudante de Direito: Agora eu vou fazer direito!* Nas horas vagas, adora assistir séries e filmes de romances clichês, e é apaixonada pelo universo de *Harry Potter*.

Reflexão

Guinho Monteiro



A vida é engraçada, né? Nos apaixonamos por alguém, lutamos por essa pessoa, conseguimos fazê-la gostar de nós e ainda fazemos de tudo para que o relacionamento seja perfeito. Entretanto, de uma hora para outra, tudo pode acabar através de uma mensagem no WhatsApp: “Quero terminar! Eu não te amo mais!”. E a única solução é ficar aqui chorando com o retrato dela na mão. Sofrendo por dois anos de bons momentos que nunca mais voltarão.

— Ei, Hamlet de araque! — alguém me chama, tirando-me dos meus melancólicos devaneios.

Imediatamente, verifico se uma pessoa entrou no quarto e, ao olhar na direção da porta, não vejo ninguém lá. Meu Deus! Será que estou tão mal que comecei a ouvir coisas?

— Acho que está procurando no lugar errado. É só você olhar pra frente que vai me encontrar — a voz me chama novamente e me orienta.

Seguindo a direção apontada, meus olhos encontram o embaçado espelho acoplado que usava para me arrumar. Nele há algo que me faz ter certeza de que eu enlouqueci: meu reflexo está se mexendo.

— Olha! Ele me achou! Olá! — ele... eu... sei lá, me cumprimenta junto a um sorriso quando o encontro.

— Como... como... — fico tão surpreso com o que presencio que não consigo pronunciar direito as palavras.

— Como eu estou me mexendo? — como se lesse minha mente, ele me completa. — Bom, já faz um mês que vejo você aí sofrendo igual a cantor

de sertanejo universitário, então tive que fazer alguma coisa. — Nossa! Não sabia que eu era tão sarcástico assim para o meu reflexo ser também.

— Ah! Mas eu amo a Brenda e ela se foi... — incomodado com o seu jeito de falar, começo a me explicar de forma melancólica, porém sou interrompido.

— Eu já sei de tudo isso, então corte o papo furado de “Ela não me ama!” e “Não sei o que vou fazer sem ela!” *Blá! Blá! Blá!* — além de me criticar, ele me imita de forma debochada. Que filho da mãe!

— O que foi? Resolveu aparecer aqui para me deixar mais para baixo? — ofendido com as duras palavras, eu o rebato.

— Muito pelo contrário. Estou aqui porque gosto de você e não consigo mais vê-lo sofrendo assim. Somente falo dessa forma para que compreenda que isso só te faz mal. — Agora seu tom de voz é tão compreensivo que me sinto abraçado por ele.

— Eu sei que me faz mal... e obrigado por se importar, mas tá doendo tanto! — com a mão sobre o peito, desabafo, sofrendo tanto que quase não consigo dizer nada.

— É normal doer quando você se entrega totalmente a alguém e não é mais correspondido. Mas eu vou te dizer uma coisa que talvez já saiba: isso vai passar — apesar de sinceras, suas palavras continuam complacentes.

— Mas o que eu faço para essa dor passar?! — em tom de súplica e com os olhos marejados, pergunto.

— Se ame — sua resposta é sucinta. — Porque, quando nos amamos, apreciamos a melhor companhia: a nossa. — Antes que ele fale mais alguma coisa, o impeço.

— Não adianta! Sem ela eu não sou nada! — Sabe quando você quer dizer algo que está entalado na sua garganta há muito tempo? É isso que faço agora.

— Eu discordo. *Você é muito especial, Luiz Carlos!* — meu reflexo enfatiza a última frase, junto a um acolhedor sorriso. — Tirando esse cabelo e barba de mendigo que está agora, você tem boa aparência. É agradável, divertido, simpático, um maravilhoso amigo... e outras ótimas qualidades. Tem um bom emprego e preza por ele sendo um excelente profissional. Mas não adianta eu falar, a única pessoa que tem que achar tudo isso é você — após numerar minhas qualidades, me aconselha. E eu, tocado por suas palavras, começo a me debulhar em lágrimas.

— Sobre a Brenda ter te largado... não a culpo, porque a vida é um

ciclo e acho que o de vocês acabou. Mas, pense uma coisa: será que o que aconteceu contigo não foi um aviso para uma mudança de atitude? — cada palavra que sai de sua boca é maravilhosa, e o mais importante: é o que preciso ouvir neste momento.

Minhas lágrimas cessam imediatamente e, depois de enxugá-las, levanto-me da cama. Em seguida, começo a procurar algo.

— Ei! O que você está fazendo? — curioso em saber o que eu faço, meu reflexo pergunta.

— Estou começando a me amar! — digo isso com enorme confiança, enquanto procuro uma caixa.

Após achar uma no guarda-roupa, coloco sobre a cama. Em seguida, junto todas as coisas que me fazem lembrar Brenda, inclusive o retrato que segurava anteriormente, e guardo dentro do enorme objeto de papelão.

Depois de fechá-lo, olho novamente para o espelho para ver a reação do meu reflexo a essa atitude, porém, para a minha infelicidade, ele volta a imitar os movimentos que eu faço.

Mesmo assim, não posso deixar de dizer isto, acompanhado de um pleno sorriso:

— Obrigado.

Aamor-próprio

Guinho Monteiro



Antigamente, eu associava amor-próprio ao egoísmo. Claro que há uma linha tênue entre ambos! Entretanto, hoje em dia minha definição mudou drasticamente. Precisamos sim de pessoas, pois somos seres socializáveis. Mas, será que precisamos sempre? Ouço de tanta gente a frase: "não consigo viver sem ele(a)!" ou "vou morrer se ela(e) não voltar!" e fico me perguntando: será que estamos tão vazios que precisamos mais das pessoas do que de nós mesmos? O amor-próprio morreu e se tornou um amor "mendigo" que só se preenche através do outro? Devemos nos amar sempre, pois de que adianta dar uma flor a alguém se nosso jardim está vazio?

Acho que amor-próprio não é se enclausurar em uma caverna para não sofrer, porque ter experiências ruins nos faz aprender. Amar a si mesmo é buscar coisas que te façam bem. Dar um basta em situações que te façam sofrer. Selecionar pessoas que somem e não te diminuem. E estar feliz com seu jeito e acreditar em si sempre, mesmo que o mundo diga o contrário de ti e tente fazer seu brilho apagar.

SE AME!

Guinho Monteiro



Guinho Monteiro tem 32 anos, mas com uma alma de um menino sonhador (tanto que é de Taubaté, a capital da literatura infantil). Além de escritor e professor de português, é fotógrafo e cuida de um grupo no Facebook: ESCRITORES PELO BEM DA LITERATURA, para divulgar autores nacionais. Apesar de escrever há 15 anos, só publicou seu primeiro livro, *Laços de Casamento*, no ano de 2015, e desde então tem tentado mostrar sua costumeira gentileza e bondade em seus personagens e histórias.

Anjo de luz

Vanessa Nunes



Juliana era uma menina doce. O diálogo em casa era pouco. Suas irmãs mais velhas não eram suas amigas, afinal o espaço de idade entre elas era grande. Morava em um lugar um pouco mais isolado, em uma casa aconchegante numa vila com montanhas lindas. Em determinada época do ano a serração cobria com a sensação de que não enxergávamos o que estava à nossa frente. A vila era muito pacata, com casinhas semelhantes umas às outras. O local era de sonhos, mas para uma adolescente não era muito convidativo.

A menina foi crescendo e se tornando autossuficiente, até que, entrando em uma nova escola, apaixonou-se pelo seu lindo e moreno professor. Juliana, aos 15, só pensava em Fernando. Ele, aos 21, mesmo tendo uma vida diferente, dedicava seus pensamentos a ela. Professor novato da cidade, apaixonou-se pela linda menina de cabelos cacheados. Eles começaram um namoro às escondidas, já que os pais de Juliana não deixavam a menina namorar.

O tempo foi passando e o namoro evoluindo, o romance que era apenas beijos começou a evoluir para os amassos. Fernando era muito consciente naquilo que fazia, enquanto Juliana aproveitava o seu amado e as novas sensações que lhe dava. Após pouco mais de um ano de namoro, Juliana perdeu a virgindade, e por mais que tivesse sido muito ruim para ela, o amor que sentia por ele era tão grande que não desistiu. Segundo suas amigas, a primeira vez doía, e de fato foi melhorando. Após algumas tentativas, a dor foi embora. Ambos não tinham privacidade em nenhuma das

casas conhecidas, já que na casa dela o portão velho fazia barulho ao abrir, alertando os vizinhos fofoqueiros da entrada de alguém.

Após alguns meses, Juliana começou a passar mal. E, fazendo um exame escondido na cidade, descobriu-se grávida. Ela nem mesmo teve coragem de ir buscar o exame, uma amiga o apanhou e contou o resultado pelo telefone.

Juliana entrou em desespero e correu para a casa de Fernando, onde jogou-se nos braços do seu amado. Ela era inocente no quesito sexo, mas sabia que aquilo não era um conto de fadas, que ambos estariam em apuros e que teriam de passar por tudo isso juntos. Sendo fortes, mas unidos. Fernando, sem entender, abraçou-a até que se acalmasse. Foi então que Juliana jogou a bomba.

— Fernando, estou grávida. — Abraçado a ela, afastou-a de seu corpo, chocado, e a frase que veio a seguir, mesmo 30 anos depois, nunca saiu da cabeça da, hoje mulher, Juliana.

— Não é meu!

A menina olhou magoada para os olhos daquele homem que até então era o seu céu, o seu mundo, e tudo desabou. Não acreditou na frase que seu amado proferiu e, sem dizer mais nada, virou as costas, desceu as escadas da casa dele, bateu o portão e foi embora. Levava consigo pedaços partidos do seu coração e tinha a mais absoluta certeza de que se esborrachavam pelo chão a cada passo.

A garota não sabia bem como havia chegado em casa, não conseguia se lembrar de caminhar por todo o caminho, e o torpor que sentia era muito maior do que podia suportar. A dor, a exaustão e a incredulidade assolavam seus pensamentos.

Sem saber para onde correr, depois de muito chorar trancafiada em seu quarto, foi procurar a mãe. Contou toda a verdade àquela que sabia que, independente de qualquer coisa, estaria ao seu lado. A mãe da menina tomou a frente, afinal sua filha já havia feito besteira suficiente e não tinha direito a opinião.

Jaqueline, a mãe, calou Juliana, que, mesmo tendo um bebê no ventre, não podia opinar. A decisão de Jacqueline estava tomada: sua filha iria tirar aquele feto sem ninguém saber.

No dia seguinte, mesmo sendo véspera de Natal, os pais levaram-na a uma clínica e o aborto foi realizado com sucesso. Juliana dormiu e, quando despertou, a dor que sentiu era tão grande que apenas gritava. As enfermeiras

tiveram que sedá-la para que seus pais pudessem levá-la embora. Era menor de idade e, se fosse encontrada ali, só traria problemas.

Quando acordou, estava em casa, deitada na cama dos seus pais, e era quase meia-noite. Sentia fortes dores na barriga, mas o choro desesperado que seguiu não era por isso.

Ela se deu conta no mesmo instante que ter deixado alguém tomar as decisões em seu lugar iria assombrá-la por toda a vida. As medicações que tomou durante os dias que se seguiram, os cuidados, a higiene... Tudo foi feito de maneira correta, mas o buraco que ficou não tinha cura. Para ela, não tinham apenas arrancado um feto de seu corpo, haviam arrancado uma parte de sua alma.

Juliana fez questão de telefonar para o seu amado. Apesar do seu comportamento odioso, decidiu que ele merecia saber o que tinha acontecido. Com quase 17 anos tomou a decisão de jamais, em tempo algum, deixar que alguém decidisse por ela outra vez.

Era tarde demais para voltar atrás e ela não ia se lamentar por isso. Seu bebê, fruto do seu amor, estava morto por culpa dela, porque não soubera tomar as próprias decisões. Sua apatia, o desânimo, tudo tinha sido muito grande.

Cedo demais deixou de ser menina. Uma consequência da sua imaturidade e também dos seus erros. Como dizem os mais velhos, “quando a cabeça não pensa, o corpo é quem padece”. E aquele erro – não o bebê, mas a confiança projetada em pessoas que não a mereciam – não era de ninguém além de si mesma. E ela mudou de lá para cá. Como mudou...

Hoje, 30 anos depois, ainda carrega essa dor sozinha. Quando chega na época natalina, ela senta, escreve uma carta para o seu bebê e permite-se chorar sua morte. Às vezes guarda, noutras apenas se desfaz do que escreveu, mas ali ela expõe suas feridas abertas, mesmo que apenas nessa época.

Dizem que no fim do ano, principalmente no Natal, nossas dores mais íntimas despertam e ficamos mais sensíveis. O caso é que Juliana não é a mesma pessoa. A vida a ensinou muito.

Ela nunca deixou de pensar no seu filho. Nunca deixou de pensar em como a sua vida seria se, ao invés de dois, ela tivesse três filhos, juntos, amigos, brincando sempre. E, nesse período, quem sabe não poderiam montar um boneco de neve ou mesmo enfeitar a árvore com alguns?

Com uma menina sob sua tutela, prometeu que as coisas com Isa seriam diferentes. Nunca faria com ela o que deixou fazerem consigo.

Ensinará o certo desde cedo, falará abertamente sobre sexo quando chegasse a hora e acompanharia o namoro da filha. E, se porventura a menina passasse o que passou, jamais cometeria o erro de sua mãe.

Sabe que aquele anjo que gerou será sempre uma ferida aberta que carregará consigo até o fim de sua jornada. E que basta uma pequena lembrança, um pequeno detalhe, e a dor voltará, dor de parte de sua alma ter sido quebrada e estar no céu. Tem esperança que, quando enfim morrer, se torne inteira novamente. Aquela menina que deixou passarem por cima não existe mais. A mágoa que carregava por tudo o que passou ficou pelo caminho.

Juliana viu que esses sentimentos eram cruéis apenas para si mesma. Aprendeu que guardar coisas ruins dentro de si equivale a beber veneno e esperar que outro morra. É pôr um cadáver em sua sala e não ficar incomodado com o cheiro alguns dias depois. O que existe hoje é uma mulher que sabe se defender sozinha e que tem orgulho de quem se tornou e da jornada que a levou até aqui.

Ela deu dois passos para trás para dar um à frente e nunca esquece que precisa ser sonhadora, mas com os dois pés no frio e sólido chão, e ele, apenas ele, é base para se caminhar de mãos dadas com quem quer que seja. E, principalmente, muitas vezes durante nossas vidas precisamos começar do zero, usando a única fonte inesgotável que temos, nosso amor-próprio.

A mulher ainda mora na mesma vila de seus pais, algumas casas após. Apaixonou-se pelo local e não deseja sair de lá nunca, e todos os dias, quando acorda, olha pela janela de seu quarto. No fim de todo ano, depara-se com o boneco de neve que monta com seus pequenos e imagina qual o detalhe que seu anjo de Natal poderia colocar naquele grande e gordo pedaço de neve.

Vê praticamente a mesma imagem que viu naquele Natal há 30 anos. Do lado de fora as montanhas lindas, por vezes brancas pela neve, e do lado de dentro uma menina chorando e gritando por sua alma. E essa é uma imagem com a qual precisará aprender a viver até o dia de sua morte.

Vanessa Nunes



Vanessa Nunes é formada na academia da vida. Associada à ABERST, autora, mãe, pessoa estranha, organizadora, editora e nerd, não necessariamente nessa ordem. Por curiosidade e incentivo de amigas, descobriu-se escritora e percebeu que era boa nisso.

Já participou de diversas antologias e se encontrou em temáticas diversificadas, tais como: terror, erótico, LGBT, thriller psicológico, romance *dark*, musical, BDSM, etc. Tem muitos projetos ainda em andamento e agora, sim, sabe onde é o seu lugar: levando grandes histórias ao mundo.

#gratidão

Rafael Danesin



Sim, eu vou lhe contar uma história. Não posso dizer se é uma história das mais belas, mas garanto a você que será 100% sincera.

Tudo começa com um menino extrovertido, alegre e acima do peso (não que isso importasse muito na época). Nascido em 31 de janeiro de 1991, quando sua mãe tinha 42 anos, ele era um dos mais aplicados e criativos da classe, sempre muito elogiado pelos professores e procurado pelos amigos para uma ocasional ajuda. Ele também era muito arteiro, e costumeiramente era sempre chamado na diretoria da escola (a maior parte das vezes, garanto a vocês, por motivos injustos). E este garoto era vítima de bullying, justamente por ser nerd e gordinho. Ele era chamado por muitos de "gordo burro", apesar de suas notas nunca estarem abaixo de 7. Mas era inegável o fato de que sua resistência física não era das melhores. Sua coordenação motora também (seus desenhos, porém, sempre foram muito avançados para sua idade). Ele se deu relativamente bem tocando teclado, mas não teve sucesso parecido com outros instrumentos. Mas, na infância o mundo com certeza é um lugar mais simples, onde mesmo as piores coisas são boas e tudo que esperamos é apenas o dia seguinte, onde as diversões nunca têm fim. Seus principais companheiros eram os livros, geralmente revistas científicas, de história, astronomia, e, pasmem, medicina (o menino tinha uma coleção de caveiras e adorava tudo sobre o esqueleto humano. De dinossauros também.)

Ele era uma criança relativamente feliz e com boa educação, com uma família excepcional, e de fato foi isso que o ajudou nos desafios que se seguiram.

Aos oito anos de idade, o garoto teve uma encefalite e ficou em coma por dois dias (sua família já havia perdido as esperanças, quando, do nada, ele abriu os olhos), e após uma semana recuperou os movimentos do corpo. Ao receber alta, saiu do hospital como se nada houvesse acontecido, pois é assim que funciona o cérebro de uma criança. Mas aqueles eram tempos difíceis. Aos nove anos, ele perdeu o pai. Ele e seu velho nunca foram muito próximos na verdade, porém se há algo que ele agradece até hoje é pelos inúmeros gibis do Batman e por ter ensinado ao garoto a gostar de *Star Wars* e filmes do Steven Spielberg. Se existia alguém responsável pelo gosto cinematográfico do garoto, esse alguém era seu pai. Certamente sua mãe teria um desafio e tanto pela frente. Com seus dois irmãos já casados, ele era o caçula da família, prestes a entrar na 5ª série.

Eis que, aos 12 anos, ele começou a ter convulsões, uma sequela daquela encefalite que havia tido. Desde então, ele vive a base de remédios controlados e, acredite, não foi fácil seu período de adaptação. Muitas foram as crises que se seguiram e foi um longo caminho até sua situação se estabilizar. Aquele era o início de sua adolescência, época em que os hormônios afloram e todo ser humano matriculado na escola tem que se preocupar em passar pela 8ª série e entrar no temido Ensino Médio.

Após passar por várias épocas difíceis – já teve TOC, síndrome do pânico e mania de perseguição, além de apagar praticamente do nada durante as aulas da escola (até hoje se arrepende de não ter contado aos professores sobre isso) –, ele cresceu, apesar de tudo, como um aluno dedicado, terminando o Ensino Médio. O que viria a seguir?

Após uma faculdade de administração, um curso aleatório de agroecologia (veja bem, ele estava tentando encontrar seu lugar no mundo), ele enfim começou um curso de publicidade, no qual acreditou ter encontrado sua vocação.

Ah, ele também começou a escrever. Durante vários empregos onde era largado sem nada para fazer, ele arriscou escrever algumas aventuras que lhe vinham à cabeça (além de ler de cabo a rabo pelo menos três volumes de *Game of Thrones*). Anos atrás, ele teve um conto publicado esporadicamente, mas ainda não pensava em um futuro como escritor. Tampouco como desenhista, o que era até então um hobby.

Eis que, recentemente, ele se envolveu com um pessoal deveras suspeito, um bando de loucos, como alguns chamariam, mas que eram grandes escritores e pessoas de bom coração. Apesar da distância geográfica,

ele encontrou lugar entre eles e hoje pode dizer que possui uma nova família.

Bem, então... Espere aí.

Acho que a esta altura você já deve ter percebido que o garoto da história sou eu, não? (Na verdade, não sei se consegui disfarçar isso muito bem). E você deve estar se perguntando qual a razão de eu contar a você a minha história.

Bem, eu queria mostrar a todos tudo pelo que passei e passo ainda (afinal, o trabalho não pode parar e o mundo gira ininterruptamente). Hoje, alguns quilos mais magro e bem mais sábio do que já fui, percebo que muitas coisas que já acreditei eram *beeem* erradas. Hoje eu sei que você não deve se importar com o que as pessoas pensam de você, com a maneira como se veste, fala ou se comporta. Menos ainda com sua suposta barriguinha (proeminente ou não). Não ligue para o que os outros pensam, para os hipócritas que se acham mais que os outros. NÃO, pois apenas você sabe aquilo que passa e já passou, e ninguém mais. Pense em você. Seja você do jeito que quiser. E faça aquilo que ama, cuidando das pessoas que ama.

Aos 28 anos, tudo que posso fazer é AGRADECER por tudo que a vida me deu, por todos os desafios que passei e que me ensinaram a ser forte. Agradeço a minha família, meus amigos escritores, pois sem vocês eu não teria chegado onde estou. E agradeço sobretudo a VOCÊ por ter suportado todo este texto e acompanhado minha história simplória. Espero de verdade que, ao ler este testemunho, você possa perceber o quanto a vida é valiosa, preciosa, inigualável. Então, VIVA, meu amigo. Viva cada dia como se fosse único. Pois, apesar de todas as dificuldades que possam existir em seu caminho, a vida continua bela. Basta apreciar sua beleza.

Rafael Danesin



Rafael Danesin, 28 anos, é desenhista desde que se entende por gente e sempre foi um amante da cultura pop, incluindo filmes, séries e HQs. Nas horas vagas, adora fazer *fan arts* de seus personagens favoritos. Fã de literatura fantástica e de terror, participou de antologias literárias como autor e ilustrador: *O Corvo: Um Livro Colaborativo* (Editora Empíreo); *Sociedade dos Corvos* (Editora Coerência). Ilustrou a distopia *Planeta Brutal*, de Raphael Miguel; *Vivendo na Terra do Nunca* (Editora Rico); e *O Mundo Fantástico*, de R. F. Lucchetti (Coerência), também como autor. Participou das antologias: *Cicatrizes na Alma – 1º Volume* (Amazon), da qual também foi o capista; *Canção das Profundezas* (Editora Xequê-Mate); *GRIMM: Contos para sonhos horripilantes* (Editora Arkanus); *Quando a Noite Cai* (Editora Hope); *Mulherão da Porra* (Editora Rico); *Deuses gregos e nórdicos* (Editora Darda); e *O mal nunca Morre* (Editora Rico).

^[1] *Joan of Arc* – Little Mix